

# A sportolás jótékony hatásai a magyar-román határ menti régió hallgatói körében

*Kovács Klára könyvében a felsőoktatásban részt vevő hallgatók sportolási szokásait vizsgálja több aspektusból. A téma aktuális, hiszen manapság központi probléma az inaktív életmód és az ebből fakadó testi-lelki betegségek, ezért a rendszeres sportolás kiemelt szerepet kap szinte minden prevencióval kapcsolatos törekvésben.*

A szerző a felsőoktatást választotta elemzése tárgyául, amit ilyen részletességében még nem vizsgáltak, így újszerű eredményeket olvashatunk.

Már a cím is jól érzékelteti, miről fogunk olvasni: a sportolás milyen faktorként jelenik meg a felsőoktatásban, ezen belül a magyar-román határ mentén tanuló hallgatók körében. Ez a földrajzi terület a Partium, amely három ország (Magyarország, Ukrajna, Románia) határai mentén helyezkedik el. A szerző a kutatásában a magyarországi és a román hallgatók sportolási szokásait hasonlította össze, amit korábban még nem publikáltak, így nagy jelentőséggel bír az ebből származó eredmények felhasználhatósága. A kötet számos összetevőt érint a témán belül. Bár a munka logikailag ugyan jól felépített, mégis könnyen elveszhet az olvasó a sok adat között. A lábjegyzetek több ponton jelentősen segítik a szöveg értelmezését, megértését, a szerző azokat a fogalmakat és összefüggéseket értelmezi, amelyek esetleg csekély mértékben ismertek a területen kevésbé járatos olvasók számára.

Az első fejezetben a szerző arról ír, miért szükséges a felsőoktatásban részt vevő hallgatók sportolási szokásaival foglalkozni. Itt megemlíti azt a tényt, hogy manapság valódi korszakváltás figyelhető meg a fiatalok sportolási szokásaiban, ami abban jelentkezik leginkább, hogy a klasszikus sportokat felváltva egyre több divatos mozgásformát kezdenek űzni a fiatalok. Például a birkózás, ökölvívás vagy

torna helyett egyre többen aerobikot vagy keleti harcművészeteket (pl. kick-box, karate) választanak. Ennek a veszélye szerinte az, hogy a sportolás által szerezhető tradicionális értékek (pl. szociális kompetencia fejlődése, fizikális fejlesztés, közösségi értékek) ezekben az egyre divatosabbá váló sportokban nem feltétlenül érvényesülnek. Véleményem szerint részint fontos, hogy bővüljön a sportágak palettája, ezáltal minél több lehetőség nyíljon a sportágak közötti válogatásra, részint azonban elengedhetetlen, hogy bizonyos tradicionális értékek az újonnan megjelenő sportágakban is megmaradjanak. A könyv írója szerint a magyarországi sportélet esetleges feltámadásában a felsőoktatás is központi szerepet játszhat, ezért is tartja fontosnak a hallgatók sportolási szokásainak vizsgálatát. Kovács Klára ugyancsak az első fejezetben mutatja be a Partiumot, azt az oktatási régiót, amely a felmérés helyszínül szolgált. Ebben a fejezetben ismerteti a kutatás célját és elméleti modelljét is, a felsőoktatási sportélet hazai és nemzetközi törekvéseit, valamint napjaink sportolási helyzetét.

A következő három fejezetben áttekinti a korábbi kutatási eredményeket, illetve tisztázza a legfontosabb fogalmakat. Elemzi a különböző tényezőket, amelyek a múltban a felsőoktatásban részt vevő hallgatók sportolási szokásait alakították. Ezek közé tartozik a társadalmi háttér, a társas tényezők, illetve az intézményi tényezők hatásai is. A szerző az olvasó elé

tárja a felsőoktatási sportélet történelmét, ezáltal megismerhetjük a kutatás tárgyának múltját. A sportolás nevelő funkciói között értelmezhetjük az egészséges életvitel kialakításának elősegítését, illetve a rekreációs tevékenységek erősítését. Egyetértek a szerzővel abban, hogy a sportolás egyik fő társadalmi funkciója az egészségtudatosabb életre nevelés, főként azért, mert sokakra jellemző a mozgásszegény életmód. A szerző kiemeli a rekreációs sportok (pl. különböző táncfajták, szabadidős sporttevékenységek, mozgásos hobbi) előretörését is, melyeknek számos jótékony hatása lehet minden korosztályban. Ezekben a sportágakban elsősorban nem a versengés dominál, hanem inkább az adott sportág nyújtotta élmény, a szórakozás. A szerző megkülönbözteti a jólét és a jóllét fogalmát. A jólét jelentése boldogság, boldogulás az élet során, a jóllét fogalma azt jelenti, hogy jól és elégedetten

élni. Ezután a sportolás mint védő-, támogató- és rizikófaktoroként való értelmezése következik. A sportolás nem abszolút védőfaktor, ám az egészségtudatosabb élet kialakításában támogató szerepet tölthet be. A következőkben a sportolás és a

tanulmányi eredményesség kapcsolatáról olvashatunk, illetve ezeknek a faktoroknak a jólléttel való összekapcsolódásáról. Itt a

középiskolások és az egyetemisták között felmért kutatási eredményeket értelmezi a szerző.

Az ötödik fejezet a kutatási kérdésekről, hipotézisekről, az elemzés módszeréről és a felhasznált adatbázisról számol be.

A hatodik fejezet az eredményekről szól. Nagyon pontosan és nagy részletességgel mutatja be kutatását Kovács Klára, azonban a *Sportolási szokások és sportolói típusok* című alfejezetnél talán túl sok adat jelenik meg, amiben könnyen elveszhet az olvasó. A felsőoktatási környezet hatásánál bemutatja a vizsgált felsőoktatási intézmények sportéletét, majd ezeknek az összehasonlítása során nyert eredményeit. Érdekes adatokat olvashatunk a sportolási szokások és a káros egészségmagatartási formák összefüggéséről, hiszen a kutatás során kiderült, hogy a versenysportolók fogyasztanak legnagyobb arányban alko-

holt, illetve a dohányzásban is a versenysportolók érték el a legmagasabb arányt. Azt gondolnánk, hogy a versenysportolók nem élnek ezekkel a káros szenvedélyekkel, de a kutatás éppen az ellenkezőjét bizonyította. Hasonlóan meglepő ered-

*Érdekes adatokat olvashatunk a sportolási szokások és a káros egészségmagatartási formák összefüggéséről, hiszen a kutatás során kiderült, hogy a versenysportolók fogyasztanak legnagyobb arányban alkoholt, illetve a dohányzásban is a versenysportolók érték el a legmagasabb arányt. Azt gondolnánk, hogy a versenysportolók nem élnek ezekkel a káros szenvedélyekkel, de a kutatás éppen az ellenkezőjét bizonyította.*

*Hasonlóan meglepő eredmény, hogy a versenysportolók egyetemisták vesznek részt a legtöbb extrakurrikuláris tevékenységben, illetve összességében ők tekinthetőek a legeredményesebbnek, mégis éppen ők készülnek a legkevesebbet a tanítási órákra az edzések, versenyek miatt. Ezért is folyamodnak gyakran normaszegő viselkedési formákhoz (pl. puskázás, csalás), ami éppen ellentmond a sportolóknál megszokott fair play elvének.*

mény, hogy a versenysportoló egyetemisták vesznek részt a legtöbb extrakurrikuláris tevékenységben, illetve összességében ők tekinthetők a legeredményesebbnek, mégis éppen ők készülnek a legkevesebbet a tanítási órákra az edzések, versenyek miatt. Ezért is folyamodnak gyakran normaszegő viselkedési formákhoz (pl. puskázás, csalás), ami éppen ellentmond a sportolónál megszokott fair play elvének. A nem sportoló hallgatók komplex eredményességi mutatója (összesített eredményességük) volt a legalacsonyabb, különösen alacsony volt az érték a munkavégzési affinitás vonatkozásában. Az eredményekből világosan látszik, hogy pozitív hatása van a rendszeres sportolásnak a hallgatók jóllétére. Elégedettebbek életükkel, boldogabbak a rendszeresen sportolók, bár a versenysportolók nagy része nem érzi magát egészségesnek. Emellett kedvező a hatása a tanulmányi eredményességre is, a rendszeresen sportolók céltudatosabbak, kitartóbbak, hiszen erre neveli őket a sport.

Kovács Klára a sportolás jelentőségére, helyére volt kíváncsi a partiumi hallgatók körében, emellett arra, hogy a vizsgált hallgatók életére milyen hatással van a

sport, kik és mennyit sportolnak a felsőoktatásban. Egy nagyon alapos és magas színvonalú könyv született, ami az adott kutatási kérdéseket szerteágazó elméletek kontextusában közelítette meg. A szöveg rendkívül olvasmányos, a könyv értékét nagyban emeli a gazdag szakirodalom-feldolgozás, ami mutatja, hogy a könyv szerzője törekedett a lehető legszélesebb körben a témához kapcsolódó szakirodalmat feltárni, ismertetni és esetleg ütköztetni ezek eredményeit. Elsősorban azoknak ajánlom a kötetet, akik az egészségesebb életmód kialakítására törekszenek, és akik érdeklődnek a felsőoktatási sportélet iránt. A könyv a sporttudományban, egészség-tudományban dolgozó oktatók, hallgatók számára rendkívül jó szakirodalomként szolgálhat.

---

Kovács Klára (2015): *A sportolás mint támogató faktor a felsőoktatásban*. CHERD, Debrecen. <http://mek.oszk.hu/14300/14342/14342.pdf>

**Rábai Dávid**

Debreceni Egyetem

## Nem a mi kutyánk kölke

*Pekker Bernadett nem a „mi kutyánk kölke”. A pláza mint a XXI. század művelődési háza? című könyvében – témaválasztásában és módszerhasználatában egyaránt – nem a bevett pedagógiai eszköztárat és terepeket használja, hanem bátran lép ki az iskola falai közül a nem formális és informális tanulás olyan tereire, mint a pláza. Hasonlóképp, bátran használ kevésbé bevett módszereket (néha túl bátran is: a megfigyelések és a megkérdezések mögött sincs mindig szigorú fogalmi apparátus). Mondhatnánk ugyanis – némiképp cinikusan –, hogy a téma a plázakövön hever. Az 1996-os első plázanyitás óta alig született szakirodalom a témában, de semmiképp nem fontosságának megfelelő nagyságrendű. Pedig, ha meg akarjuk ismerni a fiatalokat, értenünk kellene, hogy a szabadidős közeg a posztmodern társadalomban a család és az*